

第35回北海道ジュニアバレーボール第1次キャンプ

開催要項（釧路）

- 1 目的 バレーボールの愛好者により、集団生活を営みながら、正しいバレーボールの知識・態度・技能の向上を目指して訓練し、それを全道に普及・発展させることを目的とする。
- 2 主催 北海道バレーボール協会
- 3 主管 北海道バレーボール協会指導普及部 釧路バレーボール協会
- 4 期 日 平成20年8月11日（月）～12日（月）
- 5 会 場 主会場・女子会場 釧路市厚生年金体育館
釧路市柳町1-1 Tel (0154) 31-1230
男子会場 釧路市立共栄中学校体育館
釧路市花園町9-40 Tel (0154) 23-1691
- 6 指導者 山本真吾 ~~釧路市立共栄中学校バレーボール部監督~~
- 7 参加資格 中学校1, 2年生男女バレーボール部員、個人登録選手
(必ず指導者が同伴のこと。不可の場合はご相談下さい。)
- 8 受講料 生徒2,500円 ~~(バレーボール総額300円除く200円)~~、監督2,000円
※教則本は別売り 500円（1年生は購入が原則。2年生は希望者のみ。）
- 9 申込先 〒〒 釧路郡釧路町鳥通西6番地1 Tel (0154) 40-3206 F A X (0154) 40-3203
釧路町立遠矢中学校 高橋 円 E-mail yenyenyen456@yahoo.co.jp
※7月18日（金）までに「参加者申し込み一覧表」を送付願います。
- 10 申込方法
(1) E-mail でお申し込み下さい。
(2) 提出書類は「参加申し込み一覧表」です。
- 11 その他
(1) キャンプの内容は北海道バレーボール協会指導普及部で計画し、全道で統一した内容で実施されます。
(2) ジュニアキャンプ（第1次）に参加しない場合は、「会長杯争奪中学校バレーボール大会」（釧路11月）で資格を得ても、全道大会にあたる第2次（1月）・第3次（5月）キャンプへの参加資格を得ることができなくなりますのでご承知おき下さい。
(3) 参加生徒への事前指導を十分行って下さい。
(4) 生徒は保護者の了承を得て、参加申し込みをして下さい。
(5) 監督・コーチも生徒の指導にあたりますので、運動の準備をしてきて下さい。
(6) 「北海道優秀選手選抜大会」（3月芦別市）の釧路選抜チームの選手選考を兼ねていますので、生徒へ周知させておいて下さい。

日 程	第 1 日 目	第 2 日 目
8 : 3 0	◇受付 (男女共厚生年金体育館) 受講料・ハンドブックの受付	◇出欠確認 既知好輪 ◇準備運動 (各チームで)
9 : 0 0	◇開講式 (男女合同)	◇整列・渚注意
1 0 : 0 0	◇午前の練習 (男女別) ①トレーニング ・ストレッチ体操 ・調整力 ・敏捷性 ・サーキット ・パワー ②パス ・オーバーパスの基本	◇午前の練習 ⑤スパイク ・スウィング ・ミート ・ジャンプ ⑥ブロック ・基本姿勢 ・移動の仕方
1 2 : 0 0	◇昼食	◇昼食
1 3 : 0 0	◇午後の練習 ③パス ・アンダーパスの基本 ④サーブレシーブ	◇午後の練習 ⑦レシーブ ・弱いボールのレシーブ ・強いボールのレシーブ ・リブオナイン
	◇C - d o w n	◇C - d o w n
1 6 : 0 0	◇終了	◇終了
1 6 : 3 0		

※内容は変更する場合がありますので、ご了承下さい。

13 準備するもの

(1) 運動できる服装 (監督・コーチも動きやすい服装をお願いします。)

(2) 生徒は右図のようなゼッケンを用意して下さい。

・背中と胸に付けます。安全ピンは危険なので使用しないで下さい。

・横26cm×縦18cm (男女とも字の色は黒。女子ですすでにあるものは赤でも可)

ゼッケンは1枚500円で斡旋します。

遠矢中

若月

※

14 生徒の参加心得

(1) 集合・整列など全ての行動を敏速に行うこと。

(2) 質問や指示などにはハキハキと応答・返事をする事。

(3) 準備運動や整理運動は自主的に行うこと。

(4) 説明がある時は、「よく聞いて」、「よく見て」、「素早く動く」こと。

(5) 校歌、「はじける若さ」を大きな声で歌うことができるように練習してくる事。

15 備 考

(1) 第1日目の夜(18:30予定)に、指導者の親睦会を開催する予定です。会費・場所などの詳細については当日連絡します。

(2) 引率教員の昼食は2日間、係で用意します(受講料に含まれています)

(3) ゼッケンの申込書は参加申し込みと同様7月18(金)までとします。注文枚数の関係もありますので期日厳守をお願いします。